

Planning des soins de support ERC Saint-Omer Janvier 2023



Soins de support GRATUITS pour les personnes inscrites
Espace Ressources Cancers : Quartier Foch, Rue du quartier de la Cavalerie
62500 Saint-Omer
Inscription à l'ERC par Téléphone 07 50 06 73 60 ou 03.28.66.34.73
par mail : espaceresourcecancer@esl-asso.fr



LUNDI 2	MARDI 3	MERCREDI 4	JEUDI 5	VENDREDI 6
Pilates 14h00 à 15h00 15h15 à 16h15			<u>Permanence coordinatrice</u> Moment de convivialité 13h30 à 16h30	APA (en salle) 9h00 à 9h50 10h00 à 10h50 11h00 à 11h50
LUNDI 9	MARDI 10	MERCREDI 11	JEUDI 12	VENDREDI 13
Pilates 14h00 à 15h00 15h15 à 16h15	Sophrologie 9h00 à 10h00	Soutien psychologique Le matin sur rendez-vous	<u>Permanence coordinatrice après-midi</u> Réflexologie Le matin sur rendez-vous Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	<u>Permanence coordinatrice</u> APA (en salle) 9h00 à 9h50 10h00 à 10h50 11h00 à 11h50 Rdv diététique individuel Le matin, sur rendez-vous Atelier nutrition "Idées recettes légères pour vos desserts" 14h00-16h00
LUNDI 16	MARDI 17	MERCREDI 18	JEUDI 19	VENDREDI 20
Pilates 14h00 à 15h00 15h15 à 16h15	Sophrologie 9h00 à 10h00		<u>Permanence coordinatrice</u> Atelier mémoire (séance 1) 14h00 à 16h00	APA (en salle) 9h00 à 9h50 10h00 à 10h50 11h00 à 11h50
LUNDI 23	MARDI 24	MERCREDI 25	JEUDI 26	VENDREDI 27
Pilates 14h00 à 15h00 15h15 à 16h15	Sophrologie 9h00 à 10h00		<u>Permanence coordinatrice</u> Réflexologie Le matin sur rendez-vous Soins socio-esthétiques individuels L'après-midi sur rendez-vous Moment de convivialité 13h30 à 16h30	APA (en salle) 9h00 à 9h50 10h00 à 10h50 11h00 à 11h50 Atelier socio-esthétique "Soin des mains" 14h00 à 16h00
LUNDI 30	MARDI 31			
Pilates 14h00 à 15h00 15h15 à 16h15	Sophrologie 9h00 à 10h00			

Meilleurs Voeux 2023

Retrouvez-nous sur notre site internet : espacesantedulittoral.org